

LUNES Y MIÉRCOLES						
HORARIO	SALÓN	ACTIVIDAD	NIVEL	PROFESOR	Cuota mensual	Cuota por clase
06:00-06:55	2	Reformer	Mayores de 13 años	Carlos Nava	\$ 416.00	\$ 76.00
	Alberca	Natación Adultos	Intermedios/Avanzados	Adriana Sosa	\$ 337.00	\$ 63.00
07:00-07:55	5	RPM®	Mayores de 14 años	Yadira Ojeda	\$ 394.00	\$ 76.00
	8	Box	Mayores de 14 años	Isaac Bejarano	\$ 394.00	\$ 76.00
	Alberca	Natación Adultos	Todos los niveles 14 años y más.	Ignacio Navarro	\$ 337.00	\$ 63.00
07:00-08:30	3	Yoga	Mayores de 15 años	Karla Ortiz	\$ 416.00	\$ 76.00
08:00-08:55	2	Reformer	Mayores de 13 años	Leticia Martínez	\$ 416.00	\$ 76.00
	6	Ritmos Latinos	Mayores de 13 años	Ragnar Carballosa	\$ 281.00	\$ 55.00
	8	Box	Mayores de 14 años	Isaac Bejarano	\$ 394.00	\$ 76.00
09:00-09:55	8	GAP (MIÉRCOLES)	Mayores de 13 años	Chantal Peralta	\$ 120.00	\$ 55.00
10:00-10:55	3	Pilates Mat	Mayores de 14 años	Leticia Martínez	\$ 240.00	\$ 55.00
	Alberca	Natación Adultos	Todos los niveles 14 años y más.	Ignacio Navarro	\$ 337.00	\$ 63.00
11:00-11:55	Alberca	Natación Adultos	Intermedios/avanzados	Adriana Sosa	\$ 337.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Adultos	Todos los niveles 14 años y más.	Ignacio Navarro	\$ 337.00	\$ 63.00
12:00-12:55	Alberca	Gimnasia Acuática	Adultos mayores	Adriana Sosa	\$ 337.00	\$ 63.00
16:00-16:55	1	Gimnasia	Niños de 6-8 años	Daniel Morín	\$ 478.00	\$ 70.00
	Alberca	Natación Niños	Todos los niveles de 5-12 años	Arturo García	\$ 337.00	\$ 63.00
17:00-17:55	8	Box Teens	De 8-13 años	Isaac Bejarano	\$ 394.00	\$ 76.00
	Cancha 3 de Básquetbol	Entrenamiento funcional (MIÉRCOLES)	Mayores de 16 años	José Pánico	\$ 197.00	\$ 76.00
	Cancha de Fútbol 5	Fútbol Preescolar	De 3-5 años	Sinuhe Mendoza	\$ 400.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación niños	Todos los niveles de 5-12 años	Arturo García	\$ 337.00	\$ 63.00
18:00-18:55	1	Gimnasia	Niños de 9-12 años	Daniel Morín	\$ 478.00	\$ 70.00
	3	Zumba Fitness (LUNES)	Mayores de 13 años	Iván Moreno	\$ 141.00	\$ 55.00
	8	Box Teens	De 8-13 años	Isaac Bejarano	\$ 394.00	\$ 76.00
	Cancha 2 de Básquetbol	Básquetbol	Niños de 12 años y más	Sinuhe Mendoza	\$ 319.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación	Todos los niveles 13 años y más.	Arturo García	\$ 337.00	\$ 63.00
19:00-19:55	6	BODYPUMP®	Mayores de 16 años	Abel Domínguez	\$ 334.00	\$ 76.00
	8	Box	Mayores de 13 años	Isaac Bejarano	\$ 394.00	\$ 76.00
	Alberca	Natación	Todos los niveles 13 años y más.	Arturo García	\$ 337.00	\$ 63.00
20:00-20:55	6	POWERJUMP®	Mayores de 16 años	Abel Domínguez	\$ 334.00	\$ 76.00
	8	Box	Mayores de 13 años	Isaac Bejarano	\$ 394.00	\$ 76.00

MARTES Y JUEVES						
HORARIO	SALÓN	ACTIVIDAD	NIVEL	PROFESOR	Cuota mensual	Cuota por clase
06:00-06:55	Alberca	Natación Adultos	Intermedios/Avanzados	Adriana Sosa	\$ 337.00	\$ 63.00
07:00-07:55	3	BODYATTACK®	Mayores de 16 años	Jessica Miranda	\$ 334.00	\$ 76.00
	6	Pilates Mat	Mayores de 14 años	Leticia Martínez	\$ 240.00	\$ 55.00
	8	Entrenamiento Funcional	Mayores de 16 años	José Pánico	\$ 394.00	\$ 76.00
08:00-08:55	Alberca	Natación Adultos	Todos los Niveles 14 años y mas	Ignacio Navarro	\$ 337.00	\$ 63.00
	5	RPM®	Mayores de 15 años	Alfonso Mostalac	\$ 394.00	\$ 76.00
	8	Entrenamiento Funcional	Mayores de 16 años	José Pánico	\$ 394.00	\$ 76.00
09:00-09:55	Alberca	Natación Adultos	Todos los Niveles 14 años y mas	Ignacio Navarro	\$ 337.00	\$ 63.00
	2	Reformer	Mayores de 13 años	Yadira Ojeda	\$ 416.00	\$ 76.00
	3	Zumba Fitness®	Mayores de 13 años	Iván Moreno	\$ 281.00	\$ 55.00
10:00-10:55	1	Tai Chi	Adultos mayores	Arturo Roldán	\$ 334.00	\$ 76.00
	3	Pilates Mat	Mayores de 14 años	Yadira Ojeda	\$ 240.00	\$ 55.00
	Alberca	Natación Adultos	Principiantes	Adriana Sosa	\$ 337.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Adultos	Intermedios/Avanzados	Ignacio Navarro	\$ 337.00	\$ 63.00
11:00-11:55	Alberca	Aqua Zumba	Mayores de 13 años	Iván Moreno	\$ 337.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Adultos	Intermedios/Avanzados	Adriana Sosa	\$ 337.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Adultos	Intermedios/Avanzados	Ignacio Navarro	\$ 337.00	\$ 63.00
12:00-12:55	Alberca	Gimnasia Acuática	Adultos mayores	Adriana Sosa	\$ 337.00	\$ 63.00
15:00-15:30	Alberca	Actividad Acuática Preescolar	de 3 a 5 años	Dónovan Ordoñez	\$ 506.00	\$ 63.00
15:30-16:00	Alberca	Actividad Acuática Preescolar	de 3 a 5 años	Dónovan Ordoñez	\$ 506.00	\$ 63.00
16:00-16:55	Campo de Fútbol	Fútbol	De 5-8 años	Juan Moreno	\$ 319.00	\$ 63.00
	Canchas de Tenis	Tenis	De 5-8 años	Varios	\$ 427.00	\$ 76.00
	Cancha 3 de Básquetbol	Básquetbol	de 5 a 8 años	Sinuhé Mendoza	\$ 319.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Niños	Todos los niveles de 5-12 años	Dónovan Ordoñez	\$ 337.00	\$ 63.00
17:00-17:55	1	Tae Kwon Do Niños Intermedios	Todos los niveles	Miguel Sánchez	\$ 369.00	\$ 63.00
	3	Street Dance	Multinivel de 8 a 16 años	Iván Moreno	\$ 416.00	\$ 70.00
	4	Ballet	de 5 a 7 años	Mónica Rodríguez	\$ 535.00	\$ 70.00
	5	RPM®	Mayores de 15 años	Yadira Ojeda	\$ 394.00	\$ 76.00
	6	BODYCOMBAT®	Mayores de 16 años	Abel Domínguez	\$ 334.00	\$ 76.00
	8	Entrenamiento Funcional	Mayores de 16 años	José Pánico	\$ 394.00	\$ 76.00
	Cancha 3 de Básquetbol	Básquetbol	De 8 a 11 años.	Sinuhé Mendoza	\$ 319.00	\$ 63.00
	Campo de Fútbol	Fútbol	De 9-11 años	Juan Moreno	\$ 319.00	\$ 63.00
	Canchas de Tenis	Tenis	De 9-13 años	Varios	\$ 427.00	\$ 76.00
	Alberca	Natación Niños	Todos los niveles de 5-12 años	Esteban Rojas	\$ 337.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Adultos	Mayores de 13 años	Dónovan Ordoñez	\$ 337.00	\$ 63.00
18:00-18:55	1	Tae Kwon do	Todos los niveles	Miguel Sánchez	\$ 288.00	\$ 63.00
	2	Reformer	Mayores de 13 años	Yadira Ojeda	\$ 416.00	\$ 76.00
	3	Zumba Fitness®	Mayores de 13 años	Iván Moreno	\$ 281.00	\$ 55.00
	4	Baby Ballet	de 3 a 5 años	Mónica Rodríguez	\$ 498.00	\$ 70.00
	6	Step coreográfico	Mayores de 16 años	Abel Domínguez	\$ 240.00	\$ 55.00
	Campo de Fútbol	Fútbol	De 12-15 años	Juan Moreno	\$ 319.00	\$ 63.00
	Cancha 3 de Básquetbol	Básquetbol	Mayores de 16 años	Sinuhé Mendoza	\$ 319.00	\$ 63.00
	Canchas de Tenis	Tenis	Mayores de 14 años	Varios	\$ 427.00	\$ 76.00
	Alberca	Natación Niños	Todos los niveles de 5-12 años	Esteban Rojas	\$ 337.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Adultos	Todos los niveles 13 años y mas	Dónovan Ordoñez	\$ 337.00	\$ 63.00
	19:00-19:55	1	Tae Kwon Do Adultos	Todos los niveles	Miguel Sánchez	\$ 288.00
2		Reformer	Mayores de 13 años	Yadira Ojeda	\$ 416.00	\$ 76.00
3		AFG	Mayores de 16 años	Daniel García	\$ 240.00	\$ 55.00
6		STRONG NATION®	Mayores de 13 años	Iván Moreno	\$ 281.00	\$ 55.00
8		Entrenamiento Funcional	Mayores de 16 años	José Pánico	\$ 394.00	\$ 76.00
20:00-20:55	5	RPM®	Mayores de 15 años	Alfonso Mostalac	\$ 394.00	\$ 76.00
	6	BODYCOMBAT®	Mayores de 16 años	Abel Domínguez	\$ 334.00	\$ 76.00
	8	Entrenamiento Funcional	Mayores de 16 años	José Pánico	\$ 394.00	\$ 76.00
21:00-21:55	6	POWERJUMP®	Mayores de 16 años	Abel Domínguez	\$ 334.00	\$ 76.00

VIERNES						
HORARIO	SALÓN	ACTIVIDAD	NIVEL	PROFESOR	Cuota mensual	Cuota por clase
06:00-06:55	8	GAP (MIERCOLES Y VIERNES)	Mayores de 13 años	Chantal Peralta	\$ 240.00	\$ 55.00
07:00-07:55	8	Entrenamiento Funcional	Mayores de 16 años	Chantal Peralta	\$ 197.00	\$ 76.00
08:00-08:55	5	RPM	Mayores de 16 años	Alfonso Mostalac	\$ 197.00	\$ 76.00
09:00-09:55	6	Ritmos Latinos	Mayores de 13 años	Ragnar Carballosa	\$ 140.00	\$ 55.00
10:00-10:55	6	Ritmos Latinos	Mayores de 13 años	Ragnar Carballosa	\$ 140.00	\$ 55.00

SÁBADO Y DOMINGO						
HORARIO	SALÓN	ACTIVIDAD	NIVEL	PROFESOR	Cuota mensual	Cuota por clase
08:00-09:30	3	Yoga	Mayores de 15 años	Karla Ortiz	\$ 416.00	\$ 76.00
08:00-08:55	1	Tae Kwon Do	Mayores de 13 años	Miguel Sánchez	\$ 288.00	\$ 63.00
	3	Zumba Fitness®	Mayores de 13 años	Carlos Nava	\$ 281.00	\$ 55.00
	8	Box	Mayores de 14 años	Isaac Bejarano	\$ 394.00	\$ 76.00
	Campo de Fútbol	Fútbol	De 5-8 años	Juan Moreno	\$ 319.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Adultos	Principiantes/Intermedios	Leticia Manzanos	\$ 337.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Adultos	Intermedios	Arturo García	\$ 337.00	\$ 63.00
09:00-09:55	Alberca	Natación Adultos	Intermedios/Avanzados	Hugo Cruz	\$ 337.00	\$ 63.00
	1	Tae Kwon Do	Adultos avanzados	Miguel Sánchez	\$ 288.00	\$ 63.00
	2	Reformer	Mayores de 13 años	Daniel García	\$ 240.00	\$ 55.00
	5	RPM® (CICLISMO ESTACIONARIO)	Mayores de 15 años	Alfonso Mostalac	\$ 394.00	\$ 76.00
	6	BODYCOMBAT®	Mayores de 16 años	Varios	\$ 334.00	\$ 76.00
	8	Box	Mayores de 14 años	Isaac Bejarano	\$ 394.00	\$ 76.00
	Cancha 3 de Básquetbol	Ritmos Latinos	Mayores de 13 años	Ragnar Carballosa	\$ 281.00	\$ 55.00
	Campo de Fútbol	Fútbol	De 9-11 años	Juan Moreno	\$ 319.00	\$ 63.00
	Canchas de Tenis	Tenis	De 6-13 años	Henry de la Cruz	\$ 427.00	\$ 76.00
	Alberca	Natación Niños Intermedios/Avanzados	De 5-12 años	Hugo Cruz	\$ 337.00	\$ 63.00
10:00-10:55	Alberca	Natación Adultos	Principiantes/Intermedios	Leticia Manzanos	\$ 337.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Adultos Principiantes	De 12 años en adelante	Arturo García	\$ 337.00	\$ 63.00
	1	Tae Kwon Do Preescolar	De 3-6 años	Miguel Sánchez	\$ 369.00	\$ 63.00
	2	Reformer	Mayores de 13 años	Carlos Nava	\$ 416.00	\$ 76.00
	5	RPM® (CICLISMO ESTACIONARIO)	Mayores de 16 años	Alfonso Mostalac	\$ 394.00	\$ 76.00
	6	A.F.G.	Mayores de 15 años	Daniel García	\$ 240.00	\$ 55.00
	8	Entrenamiento Funcional Teens	De 11-15 años	José Pánico	\$ 394.00	\$ 76.00
	Cancha 3 de Básquetbol	Básquetbol	De 5 a 8 años	Sinuhé Mendoza	\$ 319.00	\$ 63.00
	Canchas de Tenis	Tenis	Mayores de 14 años	Henry de la Cruz	\$ 427.00	\$ 76.00
	Alberca	Natación Niños	Intermedios/Avanzados	Hugo Cruz	\$ 337.00	\$ 63.00
11:00-11:55	Alberca	Natación Niños	Principiantes/Intermedios	Arturo García	\$ 337.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Adultos Todos los Niveles	De 12 años en adelante	Leticia Manzanos	\$ 337.00	\$ 63.00
	1	Tae Kwon Do	Niños intermedios	Miguel Sánchez	\$ 288.00	\$ 63.00
	3	Zumba Fitness®	Mayores de 13 años	Carlos Nava	\$ 281.00	\$ 55.00
	6	BODYCOMBAT®	Mayores de 16 años	Abel Domínguez	\$ 334.00	\$ 76.00
	8	Entrenamiento Funcional	Mayores de 16 años	José Pánico	\$ 394.00	\$ 76.00
12:00-12:55	Cancha 3 de Básquetbol	Básquetbol	De 9-11 años	Sinuhé Mendoza	\$ 319.00	\$ 63.00
	Alberca	Natación Niños y Adultos	De 5 años en adelante	Ma. Elena Pérez	\$ 337.00	\$ 63.00
	1	Tae Kwon Do	Adultos principiantes	Miguel Sánchez	\$ 288.00	\$ 63.00
	3	Salsa Cubana	Mayores de 13 años	Ragnar Carballosa	\$ 281.00	\$ 55.00
12:00-12:30	6	HIIT	Mayores de 16 años	Abel Domínguez	\$ 295.00	\$ 55.00
	Cancha 3 de Básquetbol	Básquetbol	Mayores de 12 años	Sinuhé Mendoza	\$ 319.00	\$ 63.00
12:00-12:30	Alberca	Actividad Acuática Preescolar	De 3-5 años	Varios	\$ 506.00	\$ 63.00
12:30-13:00	Alberca	Actividad Acuática Preescolar	De 3-5 años	Varios	\$ 506.00	\$ 63.00

USO OBLIGATORIO DE CUBREBOCAS EN TODAS LAS ACTIVIDADES.

El Gimnasio de Pesas está disponible todo el día en el área de Frontenis, cuenta con Entrenadores para ofrecer rutinas semi personalizadas sin costo adicional (revisar realmento.)

El Centro Deportivo Coyoacán, A.C. podrá modificar los horarios, Profesores y/o instalaciones de cualquiera de las actividades vigentes.

CUPO LIMITADO A 25 USUARIOS COMO MÁXIMO EN TODAS LAS ACTIVIDADES

INFORMES Y HORARIOS DEL CENTRO DEPORTIVO:

Lunes a Viernes de 06:00-22:00 horas

Sábados de 07:00-19:00 horas

Domingos de 08:00-18:00 horas

Días Festivos de 09:00-17:00 horas

Tel. 91830100 ext. 503

www.cdcac.com

fomentodeportivo@cdcac.com

auxdeportivo@cdcac.com